УТВЕРЖДЕНО:

И.о директора МОУ ИРМО

«Большеголоустненская ООШ»

 А.В.Шоноев\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 **Ежедневное меню**

 **МОУ ИРМО "Большеголоустненская ООШ" Детский сад**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **3-7 лет** | **1-3 года** |
| **№** | **Наименование блюда**  | **Масса порции** | **Ккал** | **Масса порции** | **Ккал** |
|  **Прием пищи Завтрак** |
| 1 | Сырники | 1/180 | 134,50 | 1/130 | 101,64 |
| 2 | Напиток кофейный с молоком | 1/200 | 118,71 | 1/180 | 106,84 |
| 3 | Яйцо вареное | 1/40 | 56,40 | 1/40 | 56,40 |
| 4 | Батон | 1/30 | 78,27 | 1/20 | 52,18 |
|  |  **Итого завтрак:** |  | **387,88** |  | **317,06** |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  **Второй завтрак** |  |  |  |  |
| 1 | Напиток кисломолочный (йогурт) | 1/170 | 90,0 | 1/140 | 70,15 |
|  |  **Итого второго завтрака:** |  | **90,0** |  | **70,15** |
|  |  **Итого оба завтрака:** |  | **477,88** |  | **387,21** |
| **Прием пищи Обед**  |
| 1 | Огурец в нарезке | 1/50 | 6,67 | 1/30 | 4,0 |
| 2 | Суп картофельный с мясными фрикадельками | 1/200/25 | 136,50 | 1/150/25 | 114,51 |
| 3 | Котлета рыбная из белой рыбы ПФ | 1/70 | 122,01 | 1/60 | 76,48 |
| 4 | Макароны отварные | 1/140 | 180,41 | 1/110 | 144,01 |
| 5 | Сок фруктовый в ассортименте | 1/200 | 86,60 | 1/150 | 64,95 |
| 6 | Хлеб ржаной./хлеб пшеничный. | 1\30\30 | 61,80/70,14 | 1/10/25 | 20,60/58,45 |
|  |  **Итого обед:** |  | **664,13** |  | **483** |
| **Прием пищи Полдник** |  |
| 1 | Рагу из курицы | 1/150 | 193,0 | 1/120 | 153,20 |
| 2 | Чай с облепихой и сахаром | 1/180 |  46,67 |  1/150 | 25,60 |
|  |  **Итого полдник:** |  | **239,67** |  | **178,80** |
|  |  **Итого за день:** |  | **1381,68** |  | **1049,01** |

 **«11» декабря 2023 г.**